UNIVERSITÉ D'ALGER

FACULTE MIXTE DE MEDECINE ET DE PHARMACIE

Année 1952 — N° 27

CONTRIBUTION A L'ETUDE DE LA MEDECINE ARABE EN TUNISIE AU X^e SIECLE

à travers

Tibb al Mashayakh

DE

Abou Jaffar Ahmed Ibn "AL JAZZAR"

THESE

pour le Doctorat en Médecine

Présentée et soutenue publiquement le 23 Mai 1952

par

BOUDERBA ISMAIL

né le 23 Juin 1922 à Saint-Eugène - ALGER

MEMBRES DU JURY :

MM. HOUEL, Professeur d'Accouchement et d'Obstétricie sociale	Président
ROQUES, Professeur de Botanique	Juges
GOINARD, Professeur de Pathologie chirurgicale	
JAHIER, Chargé de Cours Complémentaires sans limite de temps (Obstétrique)	

1952

Digitized by the Internet Archive
in 2026

https://archive.org/details/IA41542703_0090

UNIVERSITÉ D'ALGER

FACULTE MIXTE DE MEDECINE ET DE PHARMACIE

Année 1952 — N° 27

CONTRIBUTION A L'ETUDE DE LA MEDECINE ARABE EN TUNISIE AU X^e SIECLE

à travers

Tibb al Mashayakh

DE

Abou Jaffar Ahmed Ibn "AL JAZZAR"

THESE

pour le Doctorat en Médecine

Présentée et soutenue publiquement le 23 Mai 1952

par

BOUDERBA ISMAIL

né le 23 Juin 1922 à Saint-Eugène - ALGER

MEMBRES DU JURY :

MM.	HOUEL, Professeur d'Accouchement et d'Obstétricie sociale	Président
	ROQUES, Professeur de Botanique	Juges
	GOINARD, Professeur de Pathologie chirurgicale . .	
	JAHIER, Chargé de Cours Complémentaires sans limite de temps (Obstétrique)	

R. UNIV.
BIBLIOTHEEK
LEIDEN

UNIVERSITE D'ALGER

FACULTE MIXTE DE MEDECINE ET DE PHARMACIE

Doyen	MM. SARROUY (O. ✻, ⛁, ⚕, A. ✪).
Doyens honoraires	LEBLANC (✻, ⚕, I. ✪).
	GILLOT (I. ✪).
	LAFFONT (O. ✻. ⚕, I. ✪,O.S)
	LEBON (C. ✻, ⚕, I. ✪).
Assesseur	GIBERTON (✻, I. ✪).

PROFESSEURS

Clinique médicale	MM. AUBRY (O. ✻, ⚕, I. ✪).
Clinique des maladies infectieuses	BENHAMOU (C. ✻, ⚕, I. ✪).
Histologie et embryologie	KEHL (I. ✪).
Chimie biologique et médicale	GIBERTON (✻, I. ✪).
Matière médicale	FOURMENT (✻, I. ✪, M. A.).
Clinique obstétricale et gynécologique	LAFFONT (O. ✻, ⚕, I. ✪,O.S).
Clinique thérapeutique médicale	LEBON (C. ✻, ⚕, I. ✪).
Physiologie	MALMEJAC (✻, I. ✪).
Anatomie pathologique et oncologie humaine et comparée	MONTPELLIER (✻, I. ✪).
Physique médicale	PORTES (O. ✻, ⚕, I. ✪).
Clinique de dermato-syphiligraphie	HADIDA (⚕).
Anatomie	RIBET (de) (✻, ⚕, I. ✪).
Clinique médicale et hygiène infantile	SARROUY (O. ✻, ⛁, ⚕, A. ✪).
Clinique ophtalmologique et ophtalmologie intertropicale	TOULANT (O. ✻, ⚕, I. ✪).
Chimie générale pharmaceutique	GRANGAUD (A. ✪).
Clinique chirurgicale	DUBOUCHER (✻, I. ✪).
Thérapeutique chirurgicale	N...
Hygiène, hydrologie et climatologie	LACROIX (✻, ⚕, I. ✪).
Pathologie générale et médicale	RAYNAUD R. (⚕).
Clinique chirurgicale infantile et orthopédie	LOMBARD (✻, ⚕, I, ✪).
Pharmacie chimique et toxicologie.	MONNET (A. ✪).
Clinique de neuro-psychiatrie	MANCEAUX (✻, ⚕).
Parasitologie et zoologie médicale	MANDOUL (A. ✪).
Médecine légale et médecine du travail	THIODET (✻, ⚕, A. ✪).
Bactériologie	FABIANI (A.✪).
Clinique urologique	SABADINI (⚕, I. ✪).
Botanique	ROQUES (I. ✪).
Clinique d'oto-rhino-laryngologie	GIRAUD (✻).
Clinique de phtisiologie	LEVI-VALENSI (✻, ⚕).
Pathologie chirurgicale	GOINARD (A. ✪).
Accouchement et Obstétricie sociale	HOUEL (O. ✻, ⚕, I. ✪).

PROFESSEURS HONORAIRES

MM. BENOIT (✻, ⁂, I. ✾).
CABANES. (✻, ⁂, I. ✾).
COURRIER (O. ✻, ⁂, I. ✾).
GILLOT (I. ✾).
LEBLANC (✻, ⁂, I. ✾).
MM. ABOULKER (✻, ⁂, I. ✾).
POROT (I. ✾).
RAYNAUD M. (✻, ⁂, I. ✾).
WEBER (I. ✾).

MAITRES DES CONFERENCES AGREGES

Physiologie	MM. CHARDON.
Physique médicale	CHECHAN (I. ✾).
Pharmacie	COLLET.

AGREGES

Accouchement	MM. N...
Médecine	BOULARD.
	FABREGOULE.
Pédiatrie	COMBE.
Chirurgie	N...
	LIARAS.
	VERGOZ (✻, ⁂).
Anatomie	BOURGEON (⁂).
Histologie et embryologie	N...
Chimie médicale	N...
Anatomie pathologique	LAFFARGUE.
Médecine légale	MICHAUX.
Histoire naturelle pharmaceutique	N...
Oto-rhino-laryngologie	N...
Dermato-syphiligraphie	N...
Bactériologie	N...
Chimie générale pharmaceutique	N...
Neuro-psychiatrie	SUTTER (✻, ⁂).
Ophtalmologie	LARMANDE.
Odonto-stomatologie	PERI (✻, ✾).

CHARGE DE COURS COMPLEMENTAIRES SANS LIMITE DE TEMPS

Obstétrique ..... MM JAHIER (✻, ✾).

AGREGE LIBRE

Physiologie ..... M. BATTEZ.

SERMENT D'HIPPOCRATE

En présence des Maîtres de cette Faculté, de mes chers condisciples et selon la tradition d'Hippocrate, je promets et je jure d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité dans l'exercice de la Médecine. Je donnerai mes soins gratuits à l'indigent et n'exigerai jamais un salaire au-dessus de mon travail. Admis dans l'intérieur des maisons, mes yeux ne verront pas ce qui s'y passe, ma langue taira les secrets qui me seront confiés et mon état ne servira pas à corrompre les mœurs, ni à favoriser le crime.

Respectueux et reconnaissant envers mes Maîtres, je rendrai à leurs enfants l'instruction que j'ai reçue de leurs pères.

Que les hommes m'accordent leur estime si je suis fidèle à mes promesses. Que je sois couvert d'opprobre et méprisé de mes confrères, si j'y manque.

Cette thèse est dédiée :

A la mémoire vénérée de mon père

A ma mère

A ma tante

qui a si bien rempli son rôle

A mes frères et sœurs

A mes oncles

A mes parents — A mes amis

A tous ceux qui me sont chers

A notre Maître et Président de thèse

Monsieur le Professeur Edouard HOUEL

Titulaire de la Chaire d'Accouchement

et d'Obstetricie Sociale

Qu'il reçoive, ici l'assurance de notre respectueuse gratitude pour la bienveillance qu'il nous a témoignée et pour le grand honneur qu'il nous fait en acceptant de juger ce travail.

A Monsieur le Professeur ROQUES

Titulaire de la Chaire de Botanique

à qui nous adressons nos respectueux remerciements pour l'intérêt qu'il nous témoigne en acceptant de faire partie de notre Jury.

A notre Maître

Monsieur le Professeur GOINARD

Professeur de Pathologie Chirurgicale

Dans son Service, nous avons puisé de précieux enseignements. Nous garderons un souvenir inoubliable des belles leçons, auxquelles nous avons pu assister. Qu'il trouve ici le témoignage de notre réelle et profonde gratitude.

A notre Maître et Juge

Monsieur le Professeur Henri JAHIER

Vous avez bien voulu nous inspirer le sujet de cette thèse et nous guider au cours de ce travail Pour l'accueil paternel que vous nous avez toujours réservé, pour le bénéfice que nous avons tiré de votre bel enseignement, nous vous devons une profonde et respectueuse reconnaissance.

A Son Excellence HASSEN HUSNI ABDULWAHAB
Ancien Ministre du Gouvernement Tunisien
Membre de l'Académie Royale Fouad 1er

Sans lui, ce modeste travail n'aurait jamais vu le jour. Qu'il trouve ici le faible témoignage de notre profonde gratitude et de nos sentiments respectueux pour le concours qu'il a apporté à notre travail.

A Monsieur Boubaker BENYAHIA
Docteur en Pharmacie
Chargé de travaux pratiques de Chimie
à l'Institut des Hautes Etudes de Tunis

Il a largement contribué à l'édification de ce travail dont une part importante est dûe à ses éminents travaux. Nous le remercions très sincèrement d'avoir mis à notre disposition tous les ouvrages techniques nécessaires.

A nos Maîtres des Facultés et des Hôpitaux

A Monsieur le Docteur DANA

Médecin de l'Hôpital de la Libération à Tunis

Notre séjour dans son service nous a permis de consolider réellement nos connaissances. Nous n'oublierons jamais l'amabilité et l'accueil paternel qu'il nous a toujours réservés.

A MM. S. BENCHENEB, A. NOURREDINE

T. GUIGA

Professeurs de Langue arabe

A Monsieur A. KRIT

Interprête au Ministère Tunisien

du Commerce et de l'Industrie

A Monsieur MATIBEN

Secrétaire de la Faculté Mixte
de Médecine et de Pharmacie

Pour les nombreuses marques de sympathie et l'aide qu'il nous a toujours accordées. Nous l'en remercions très sincèrement.

A tous les Compagnons de notre vie d'Etudiant

CONTRIBUTION A L'ETUDE

DE LA MEDECINE ARABE EN TUNISIE

au X^me^ SIECLE

A TRAVERS

« *TIBB - AL - MASHAYAKH* » ou *GERIATRIE*

PAR

ABU DJAAFAR AHMAD IBN IBRAHIM

DIT « AL - DJAZZAR »

MEDECIN KAIROUANAIS

PLAN

I. — INTRODUCTION.

— Travaux de la Faculté de Médecine d'Alger concernant l'Histoire de la Médecine arabe

— Aperçu historique de la Médecine arabe, particulièrement au X^me^ siècle de l'ère chrétienne.

— Note explicative sur les formules et les poids rencontrés dans le manuscrit étudié.

II. — L'AUTEUR : *IBN AL JAZZAR*

— Sa Vie.

— Son Œuvre.

— Son influence sur l'Occident. Constantin l'Africain et l'Ecole de Salerne.

III. — LE MANUSCRIT.

— *Analyse :* Origine du manuscrit
Titre de l'Ouvrage et division

— *Traduction.*

Ier PARTIE

INTRODUCTION

I. — *Travaux de la Faculté de Médecine d'Alger concernant l'Histoire de la Médecine arabe*

L'histoire de la médecine arabe en général et en Afrique du Nord en particulier, est encore assez peu connue. Cependant, les manuscrits intéressants à étudier sont nombreux. Depuis quelques années, la Faculté de Médecine d'Alger consciente du rôle considérable joué par les Arabes dans le domaine médical se penche de plus en plus vers l'étude de leurs œuvres. Sous l'impulsion de Monsieur H. JAHIER, une véritable école voit peu à peu le jour. Signalons à ce propos, les travaux déjà accomplis par mes confrères et amis de la Faculté d'Alger :

— « *L'Obstétrique arabe au Xme siècle en Andalousie* » à travers « *Arib-Ibn-Saïd-El-Kateb-El-Kurtubi* » par le Docteur MAKACI. Thèse pour le doctorat en médecine - Alger 1949.

— « *Contribution à l'étude de la médecine arabe en Tunisie au XIVme siècle* », à travers « *Mukhtassar-Al-Farissi* », par le Docteur TIBI. Thèse pour le doctorat en médecine - Alger 1951.

— « *Histoire de la médecine arabe en Afrique du Nord* », par le Docteur OUSSEDIK. (Trad. de Souyouti).

— « *La Circoncision chez les Arabes* », par le Docteur MATIBEN. Thèse - Alger 1951.

— « *La Pharmacopée arabe au moyen âge* », par Monsieur Boubaker BEN YAHIA, Docteur en Pharmacie - Alger 1951.

— « *De la pédiatrie en Espagne musulmane au X^me^ siècle* », par Madame Monique MAIZA, Docteur en médecine.

Nous ne saurions assez exprimer notre gratitude envers le Professeur JAHIER pour nous avoir donné le goût de l'étude de l'histoire merveilleuse de nos anciens maîtres. Puisque j'en arrive à ce chapitre agréable des remerciements, je les offre aussi à son Excellence Hassen Husni ABDUL WAHAB, ancien ministre en Tunisie, membre de l'Académie royale FOUAD 1^er^, à qui je dois de pouvoir sortir un vieux médecin arabe du profond oubli dans lequel il est tombé. Je voudrais également remercier Monsieur Boubaker BEN YAHIA pour les nombreux conseils et l'aide inestimable qu'il m'a toujours prodigués au cours de mon séjour en Tunisie.

L'histoire de la médecine consiste essentiellement pour nous à mettre les œuvres elles-mêmes sous les yeux du lecteur, car cela dispense en même temps des longues descriptions qui ne donnent jamais une idée exacte des choses qu'elles prétendent décrire.

II. — *Aperçu historique de la médecine arabe particulièrement au X^me^ siècle de l'ère chrétienne*

La médecine arabe sans aucun doute fut basée presque entièrement sur la science grecque. Avant Mahomet, l'instinct, le hasard, l'observation et aussi le raisonnement permirent la découverte de quelques remèdes. Ceux qui les appliquèrent furent appelés médecins. Le peuple arabe ne connut que tardivement l'usage de l'écriture. « Une révolution soudai-

ne » nous dit Lucien Leclerc (1) détourna le cours de ses destinées, et ouvrit les champs les plus vastes à son activité. Les Arabes étaient idolâtres. Mahomet les convertit à la croyance en l'unité de Dieu dont il leur donna la formule la plus sublime et la plus pure. Il fit plus. D'un peuple resté jusque là étranger aux révolutions extérieures, il fit une armée de prosélytes enthousiastes qui se ruèrent à la conquête du monde ». Plus loin, Lucien Leclerc ajoute « Les Arabes seuls étaient capables de recueillir l'héritage de la Grèce et ils remplirent dignement ce rôle providentiel ». On sait généralement combien leur fut redevable, le moyen âge en Europe. Effacer les Arabes de l'histoire, a dit LIBRI, et la renaissance sera retardée de plusieurs siècles en Europe.

La médecine arabe commença par des traductions des anciens auteurs grecs et fut suivie par des commentaires sur ces auteurs. Plus tard, elle prit un caractère personnel. C'est grâce aux Arabes que les connaissances médicales des Grecs ont survécu au naufrage universel de la science. Les grandes conquêtes des Arabes au VII^{me} siècle furent suivies par une activité intellectuelle intense. L'histoire nous raconte qu'un empereur byzantin fut étonné de constater que le droit de prendre des manuscrits figurait parmi les conditions fixées par un arabe victorieux. Les Arabes transmirent fidèlement la science grecque. Pendant cette période de traduction, entre 750 et 850 de l'ère chrétienne, l'empire musulman s'étendit de la mer des Indes aux rivages de l'Atlantique, des plages de la Méditerranée aux sables des Saharas africains. Les califes, par des poursuites, des conquêtes, des échanges se trouvèrent en possession d'un nombre incalculable de précieux manuscrits qu'ils se mirent à fai-

(1) Lucien Leclerc « Histoire de la Médecine arabe », 2 vol. - Paris 1876

re traduire. Parmi les livres énumérés par les historiens et les biographes tels que IBN ABI OUSSAIBYA, il n'est pas exagéré de dire que pas un seul n'existe encore sur mille. Les invasions par les barbares y sont pour beaucoup. Les leçons des plus grands médecins de la Grèce antique tels que Hippocrate, Galien, Oribase, Rufus d'Ephèse, Paul d'Egine, grâce aux traducteurs furent rendues accessibles au monde civilisé. C'est vers le milieu du X^me^ siècle de l'ère chrétienne que le grand courant des connaissances grecques commença à se répandre dans le monde musulman et revêtit le costume arabe. « C'est ce peuple arabe », écrit Edouard G. BROWN (1) « qui prit alors des mains des successeurs de Galien et d'Hippocrate, le flambeau vacillant de la médecine grecque et qui le transmit à l'Occident cinq siècles après, plus éclatant qu'auparavant ». C'est à la médecine que revient l'honneur d'avoir ménagé la concorde et l'alliance heureuse de la science et de l'Islam. Comme l'a dit le Docteur SINGER. (2) éminent historien de la médecine arabe, « le visage merveilleux, le caractère et l'esprit d'Hippocrate sont plus vrais et plus vivants aujourd'hui qu'ils ne l'ont été après les désastres subis par la science grecque aux IIIème et IVème siècles de notre ère ».

Il est nécessaire, par rapport à l'histoire de la médecine, de connaître le caractère et l'esprit de l'époque d'où ce manuscrit est tiré, c'est à dire du X^me^ siècle.

Le X^me^ siècle fut l'âge d'or de la médecine en Tunisie. En Afrique du Nord, en effet, la médecine brilla d'un éclat malheureusement passager. L'un des centres culturels des plus importants fut la ville de Kairouan. Les principaux médecins de cette époque furent Ishaq Ibn Amran, Ishaq Ibn Soleiman Al Is-

(1) Edw. G. Brown : « Arabian Medecine », Trad. Renaud 1933.
(2) Dr Singer « Eccles.. Chap. I ».

raily et Ibn Al Djazzar. Ce dernier est le premier grand médecin né et instruit en Tunisie. Ishaq Ibn Amran avait quitté l'Orient dès le commencement du X^me^ siècle pour se rendre en Tunisie sur l'invitation de Ziadet Allah III, prince Aghlabite de Kairouan. Il écrivit un grand nombre de traités de médecine, dont l'un des plus intéressants est le traité de « La Mélancolie ».

Ibn Al Jazzar eut pour maître Ishaq Ibn Soleiman médecin recommandable pour avoir fourni au moyen âge de nombreux éléments d'instruction.

Nous parlerons plus loin d'une façon plus complète d'Ibn Al Jazzar, auteur de notre manuscrit.

Les œuvres de ces grands médecins tunisiens furent pour la plupart traduites en latin, en grec et même en hébreu. Faisons observer, dès maintenant, que l'influence d'Ibn Soleiman et d'Ibn Al Jazzar s'exerça en Europe bien plus tôt que celle de Razes et d'Avicenne.

Le manuscrit dont nous vous donnons plus loin la traduction appartient à Ibn Al Jazzar. C'est un traité d'hygiène d'après les principes admis à cette époque. « L'importance de l'hygiène », écrit G. Lebon (1), « n'a pas été méconnue par les Arabes ». Ils savaient très bien qu'elle nous enseigne les moyens de nous préserver des maladies que la médecine ne sait pas guérir. Dès les temps les plus reculés, leurs habitudes hygiéniques étaient excellentes. Les prescriptions contenues dans le Coran : fréquences des ablutions, défense du vin, préférence à accorder au régime végétal sur le régime animal dans les pays chauds, sont très sages.

---

(1) Dr G. Lebon « La Civilisation des Arabes », Paris 1884 p. 530

Il n'y a rien à critiquer sur les recommandations hygiéniques qu'on attribue au prophète. Les auteurs arabes présentent souvent leurs prescriptions hygiéniques sous une forme aphoristique qui les rend faciles à retenir... Les aphorismes de l'Ecole de Salerne contiennent de nombreuses indications hygiéniques très précieuses.

Les auteurs cités par Ibn Al Jazzar sont Hippocrate, Galien, Rufus d'Ephèse, Yahia Ibn Massaouih et Abu Bakr, oncle de notre auteur.

Par endroits, l'auteur raconte sa propre expérience et cite des formules de sa composition. Les théories de la science grecque sont partout évidentes. Ce traité est complètement dirigé par la théorie de l'humorisme, selon Galien. Nous en donnons ci-dessous un bref exposé tel que l'entendaient les auteurs arabes :

Les quatre éléments, terre, eau, feu et air entrent en proportions variables dans la constitution des corps et des drogues et leur confèrent la propriété d'être froids, humides, secs et chauds. Il est rare que l'équilibre soit maintenu entre ces quatre éléments, laissant le corps dans un état neutre. Généralement un ou deux éléments prédominent et le corps est alors froid, humide, sec ou chaud. Il peut même être sec et chaud, sec et froid, humide et chaud, humide et froid. C'est également le cas des drogues : ainsi le musc est chaud, mais moins que la moutarde, etc...

Les maladies reposent sur une théorie analogue déduite de la théorie des éléments; une affection peut être causée par la chaleur, le froid, la sécheresse ou l'humidité. On devra donc y remédier avec des drogues possédant la propriété contraire.

L'organisme renferme quatre humeurs principales : le sang, la pituite, la bile jaune et la bile noire

ou atrabile. L'accord parfait de ces humeurs est l'état de santé; l'une d'elles vient-elle à dominer, il en résulte une maladie qu'il faut combattre : on traitera, par exemple, l'excès d'humidité par un médicament sec, et l'excès de bile jaune par un médicament ayant une action spéciale sur cette humeur. Je ne puis m'étendre sur ce sujet, les quelques mots ci-dessus me paraissant suffisants pour l'intelligence du texte.

Avant de terminer avec cette introduction, ajoutons une petite note concernant les poids et les formes pharmaceutiques rencontrés dans ce manuscrit.

POIDS. —

Il est assez difficile d'établir exactement la concordance des poids anciens avec les poids actuels ; ceux-ci, eux-mêmes, varient encore d'une région à une autre. Pourtant, étant donné qu'il s'agissait de formules spéciales transmises de maîtres à élèves, avec assez d'exactitude, on peut croire que les poids médicinaux n'ont pas varié sensiblement.

Voici d'après M. Sauvaire la valeur de ces poids :

1 habba (gram)	en grammes	0,0689
1 qyrat		0,1647
1 daniq (1/6 de drachme)		0,5149
1 drachme = dirhem		3,0898
1 mitqal (25 qyrat)		4,1197
1 istar (6 drachme et 2 daniq)		19,5686
1 once		33,099
1 ratl		397,260
1 mann		794,520

FORMES PHARMACEUTIQUES. —

En ce qui concerne les formes pharmaceutiques, nous trouvons dans la partie pratique du manuscrit

des préparations telles que des électuaires (Jaouarich), des thériaques, des sirops, des décoctions.

Le mot *Jaouarich* est devenu algarisset dnas la traduction latine de l'antidotaire de Sérapion par Gérard de Crémone.

L'origine du mot *Jaouarich* est le mot persan *Kaouarich,* digestif. D'après Boustany, le jouarich est un médicament qu'on prend en *suffuf* (c'est à dire à l'état de grain ou de poudre, à l'état sec). Le *jouarich* est doux au goût et d'odeur agréable.

La préparation des sirops était, certes, connue des Grecs mais le julep est une création purement arabe.

Avec les thériaques nous arrivons à ces remèdes que l'on a si longtemps considérés comme sublimes. Mélange de toutes sortes de drogues, la grande thériaque a traversé les âges et se retrouve encore réduite à 61 drogues dans le codex de 1884.

Les formes pharmaceutiques que nous venons de voir, comprenaient des drogues devant forcément disparaître à la suite d'une expérimentation sérieuse ; mais à côté d'elles, il y en avait dont l'efficacité était réelle. Il y a quelques années on riait des remèdes préparés avec des organes animaux ; aujourd'ui, on emploie avec enthousiasme les extraits placentaires; et qui peut nous assurer, que demain, ne verra pas renaître des produits longtemps oubliés ? « *Il n'est pas certain,* écrit le Docteur Colin (1), *que ce qui servait autrefois à soulager les souffrances de nos semblables soit devenu pour nous sans valeur* ».

Nous terminerons cette introduction en laissant la parole au Docteur Gustave Lebon (2) : « *Les Arabes avaient une grande confiance dans l'hygiè-*

(1) Dr. G. Colin « Avenzoar, sa vie, son œuvre »
(2) Dr. G. Lebon « La Civilisation des Arabes », page 532

ne comme moyen de traitement des maladies et comptaient beaucoup sur les ressources de la nature. La médecine préventive qui semble aujourd'hui le dernier mot de la science moderne ne raisonne pas autrement et il me paraît infiniment probable qu'au X^me^ siècle de notre ère, les médecins arabes ne perdaient pas plus de malades qu'aujourd'hui. »

IIme PARTIE

L'AUTEUR : « IBN AL JAZZAR »

SA VIE SES ŒUVRES SON INFLUENCE

a) SA VIE

Abu Djaffar Ahmad Ibn Ibrahim, dit Ibn Jazzar est le troisième médecin important de la Tunisie musulmane. Voici sa biographie d'après Ibn Abi Ussaibya (traduction de Boubaker BEN YAHIA).

Médecin, fils de médecin, neveu de Abu Bakr qui était aussi médecin, Abu Jaffar Ahmad de Qayrawan fut un des contemporains, des compagnons et des élèves d'Ishâq Ibn Suleiman. Il était de ceux qui retenaient par cœur (1). Esprit curieux, investigateur, il s'appliqua à l'étude de la médecine et des autres sciences et les comprenait parfaitement.

Suleimân Ibn Hassân connu sous le nom d'Ibn Juljul (2) rapporte qu'Ahmed Ibn Hâlid avait adopté pour sa tenue, sa conduite, une ligne remarquable et l'on n'a pas souvenir qu'il s'en soit jamais écarté ni qu'il se soit jamais laissé tenter par aucun plaisir Il assistait aux convois funéraires et aux noces, mais il n'y mangeait pas. Il ne rendait de visite de courtoisie à aucune personnalité de l'Ifriqiya ni au prince excepté à son vieil ami Talib (3), oncle de Ma'd chez qui il se rendait seulement le vendredi.

---

(1) S'applique à ceux qui savent par cœur les versets du Qoran qui servent d'amulette. Ici l'auteur veut dire qu'Ibn Al Jazzar connait la médecine à fond.

(2) Médecin musulman d'Espagne qui vécut dans la cour de Hicham II (976-1009) à Cordoue. Il écrivit un livre sur l'explication des noms des drogues contenues dans le livre de Dioscoride et un « discours sur les drogues utilisées en médecine et omis par Dioscoride dans sa matière médicale. » Il écrivit aussi une « Histoire des médecins te philosophes » perdue comme les deux autres ouvrages et qui a servi à Ibn Abi Ussaibya pour ses biographies des médecins ifriqiens. .

(3) Abu-Talib, fils de Abul Qasim, deuxième Halife Fatemide.

Chaque année, il se transportait au Ribât (1) de Monastir, sur la côte, lieu de retraite pieuse de réputation bénie, souvent mentionné dans les annales, situé sur le bord de la Méditerranée. Il passait là, toute la période des chaleurs puis rentrait en Ifriqiya (2).

A l'entrée de sa maison, il y avait fait disposer une galerie couverte (3) où il avait installé un jeune serviteur du nom de Rachiq devant lequel se trouvaient disposés toutes sortes de sirops et de médicaments. Le matin, quand il voyait des clients arriver munis de fioles, il les invitait à passer vers le serviteur pour se faire délivrer les médicaments, répugnant à prendre personnellement quoique ce fut à aucun client (4).

Ibn Juljul raconte : « Un homme en qui j'ai confiance m'a rapporté au sujet d'Ibn Jazzar ce qui suit : J'étais chez lui, dit-il, dans son vestibule bondé de clients, lorsqu'arriva le neveu du qâdi an Nu'man. C'était un jeune homme jouissant d'une grande considération en Ifriqiya. Le Qâdi en faisait son substitut lorsqu'il était empêché de juger. Faute de place, le neveu de Nu'man occupa celle d'Abu Jaffar. Celui-ci parût, venant de l'intérieur (de la maison). Le neveu du Qâdi se leva alors et Abu Jaffar

(1) **Ribât** : « Les Ribât étaient primitivement des casernes fortifiées qu'on construisait sur les frontières de l'empire. Outre les troupes qu'on y entretenait, des gens pieux s'y rendaient pour faire le service militaire et obtenir ainsi les mérites spirituels qui sont attachés à la guerre faite contre les infidèles; la pratique de la dévotion y occupait leur moment de loisir, et bientôt les mœurs et les habitudes du couvent prenaient la place de celle de la Caserne ». De Slame J.A. 1842, I, 168.

(2) Browne dans « Arabian Medecine » dit qu'Ibn Al Jazzar allait chercher un délassement à ses occupations professionnelles en faisant la course en haute mer. Ce doit être comme l'a dit le Docteur Renaud une interprétation défectueuse de ce passage.

(3) Dugat a traduit ce mot par banc, sens que ce mot n'a jamais « Ordinairement, il signifie portique, galerie couverte ». Voir Dozy Sup. I, 663.

(4) Nous voyons ici plutôt qu'un geste de dignité, une preuve que Ibn Al Jazzar faisait faire au jeune Rachiq toutes les opérations pharmaceutiques.

ne l'invita pas à reprendre place. Le jeune homme lui montra un vase qu'il avait apporté avec lui et contenant les urines de son cousin, le fils de No'man. Il recueillit jusqu'au bout sa réponse au sujet de ces urines tout en restant debout; puis il s'éloigna et monta à cheval sans avoir été nullement choqué du comportement d'Abu Jaffar à son égard. Les jours suivants il revint avec l'urine jusqu'à ce que le malade fut guéri.

Celui qui me raconta le fait a ajouté : J'étais chez Abu Jaffar au milieu d'une matinée lorsqu'arriva un envoyé du Qâdi Nu'man porteur d'une lettre où celui-ci le remerciait des soins qu'il avait donnés à son fils, d'un costume enveloppé dans un linge et 300 mitqâl. Abu Jaffar lut la lettre, répondit au Qâdi pour le remercier, mais ne put accepter ni l'argent ni le costume : « Abu Jaffar, lui dis-je, c'est là un bien que Dieu t'envoie ».

Par Dieu me répondit-il, je ne recevrai jamais de présents des gens de Mahd (1).

Ahmad Ibn Al Jazzar vécut plus de quatre vingts ans et mourut très vieux à Qairawan. On trouva chez lui, 24.000 dinars et vingt cinq quintaux (quintar) de livres sur la médecine et sur d'autres sujets. Il avait projeté de se rendre en Espagne mais ne mit pas son projet à exécution. Il vivait à l'époque du Gouvernement de Mahdi.

Kusajim le poète composa à la louange d'Abu Jaffar Ahmad Ibn Al Jazzar, les vers suivants dans lesquels il parle de son livre connu sous le nom de Zâd Al Musâfir :

« Abu Jaffar, tu as acquis de ton vivant et après ta mort, de magnifiques titres de gloire, que les temps ne sauraient faire périr.

(1) Abu Tanum Mahd est le Kalife Moïse eddine Allah, fils du Kalife al Mansûr, né en 317 H; 929 après J.C. Ce fut le 4ème des Halifes Fatemides d'Afrique et le 1er de ceux d'Egypte qui régna de 341 à 365 H. : 952-975 après J.C.

« J'ai vu chez nous se presser autour de ton livre Zad al Musafir, une foule de chercheurs, hommes de science consommés. J'acquis alors la conviction que s'il avait vécu jusqu'à l'époque de ce livre, Yuhanna (1) n'aurait jamais intitulé son propre ouvrage : « La Perfection ».

D'Ahmad, je louerai les belles actions que les hommes nobles, ne cessent de compter parmi les plus nobles ».

b) SES ŒUVRES :

Les ouvrages écrits par Ahmad Ibn Al Jazzar sont nombreux. Nous sommes loin de les connaître tous. La découverte récente, mais encore officieuse, d'un manuscrit d'Ibn Juljul à Istamboul nous permettra peut-être de compléter un jour la liste déjà longue donnée par Ibn Abi Ussaibya (2) et que voici :

1.) Traite des médicaments simples, appelés « Al Itimad » (l'appui du chercheur).

2.) Traite des médicaments composés appelé « Al boughia » (le désir du savant).

3.) Moyens de prolonger l'existence.

4.) De l'âme, suivant l'opinion des Anciens.

1) **Yuhanna ou Yahia Ibn Masawaih** (Jean, fils de Mesué ou encore Mesue l'ancien).
Fils du pharmacien Massawaih de Gondi Sapur. Il s'est adonné à la médecine sous les auspices de son père qui, renvoyé de Gondi Sapur s'était installé à Bagdad. Il fut chargé par le Kalife Haroun ar-Rachid de diriger les traducteurs de la Science grecque. Sous le règne d'Al Ma'mun, il serait même allé en Grèce à la recherche de manuscrits. Son enseignement a été très fréquenté et en partie, dit-on, pour ses saillies, que l'on se plaisait à recueillir. (Leclerc Hist. Méd. ar. I. p. 407).
Il a écrit entre autre ouvrage « Le complément et la perfection » dont il est question dans les vers que nous avons cités.
2) Ibn Abi Ussaibya « Journal Asiatique. Etude sur le Zad al Mouçafir » Paris 1868.

5.) De l'estomac, ses maladies et ses traitements.

6.) La médecine des pauvres.

7.) Médicaments que l'on peut substituer les uns aux autres (succédanés).

8.) Traité sur les maladies relevant d'une même étiologie, mais dont les symptômes sont différents.

9.) Danger de saigner sans nécessité.

10.) Le coryza et son traitement.

11.) Du sommeil et de la veille.

12,) Observations et expériences médicales.

13.) De la lèpre tuberculeuse, ses causes, son traitement.

14.) L'éléphantiasis. Causes et traitement.

15.) De la conservation de la santé.

16.) Les maladies du rectum.

17.) La peste en Egypte, ses causes, son traitement et sa prophylaxie.

18.) Traité sur les fièvres.

19.) Zad el Mouçafir (Viaticum ou provision du voyageur).
Traité de médecine divisé en 7 livres et traduit en grec, latin, hébreu.

20.) Livre sur l'histoire.

21.) Histoire du Gouvernement contemporain (c'est à dire de Mahdi et de ses successeurs)

22.) De l'éducation.

23.) Lettres à quelques amis sur le mépris de la mort.

Parmi tous ces livres on ne trouve aujourd'hui en texte arabe que « Du sommeil et de la veille » qui est à Constantinople, le traité de médecine « Zâd al Mouçafir » à la Bibliothèque nationale à Paris, et « la médecine des pauvres », dont une copie se trouve chez Cheikh Al Kettani, au Maroc.

Le traité « Zad al Mouçafir » eut une grande renommée dans tous les milieux scientifiques musulmans. Il fut répandu partout, particulièrement en Espagne où il fut introduit par un médecin nommé Amrou Ibn Barik, disciple d'Ahmad, et en Sicile où il fut traduit par Constantin l'Africain. En 1851, le Docteur Daremberg, conservateur de la bibliothèque mazarine publie une étude sur ce sujet dans les « *Archives des missions scientifiques et littéraires* ». En voici le titre : « Recherches sur un ouvrage qui a pour titre « *Zad Al Mouçafir* » en arabe, « *Ephodes* » en grec, « *Viaticum* », en latin, et qui est attribué dans les textes arabes à Ibn Al Jazzar et dans le texte latin à Constantin ». Outre la traduction latine non avouée de Constantin, « Zad Al Mouçafir » a été traduit en hébreu sous le titre : « Zedat ha-derechim ». Le nombre de manuscrits grecs des Ephodes prouve que ce traité de médecine arabe était l'un des plus accrédités dans tout le bas empire, c'est à dire jusqu'au milieu du XV^{me} siècle. Il en existe sept à Paris, deux en Angleterre, deux à Florence, quatre en Espagne à l'Escurial, trois à Vienne, un à Munich et certainement beaucoup d'autres, ailleurs. Le Docteur Dugat en a donné une étude très intéressante dans le « *Journal asiatique* » tome I - 1853.

c) SON INFLUENCE SUR L'OCCIDENT. L'ECOLE DE SALERNE ET CONSTANTIN L'AFRICAIN.

Nous avons déjà signalé dans notre introduction, l'influence précoce exercée en Europe par les méde-

cins tunisiens. Pourtant au X^me^ siècle, la médecine arabe ne brilla pas seulement en Tunsie. Au-delà de ce pays ce fut le siècle de Arrazi (Razes) en Perse, de Ali Ibn Al Abbas en Irak, de Aboulkacem Azzahraoui (Abulcassis) en Andalousie. Ce dernier ne fut connu en Europe qu'au XV^me^ siècle, mais son influence devint alors immense, car ce fut le plus célèbre des chirurgiens arabes.

Mais l'histoire de ces savants ne nous appartient pas et nous allons nous occuper seulement de la médecine en Tunisie.

Cela nous oblige à dire quelques mots sur l'école de Salerne. Mais donnons plutôt la parole au Docteur Gustave LEBON. « On sait que c'est aux Arabes qu'est due la réputation de cette école longtemps considérée comme la première de l'Europe. Lorsqu'au milieu du XI^me^ siècle les Normands s'emparèrent de la Sicile et de la portion de l'Italie occupée par les Arabes, ils accordèrent à l'école de Médecine fondée par ces derniers, toute la protection qu'ils accordaient aux institutions musulmanes.. Un Arabe de Carthage, très instruit, nommé Constantin l'Africain, fut mis à sa tête. Il traduisît en latin les œuvres médicales importantes des Arabes. C'est de ces ouvrages que furent extraits les célèbres aphorismes qui ont conservé pendant si longtemps à Salerne sa grande réputation. »

Mais Constantin n'était qu'un traducteur. Nous pensons même, après une étude comparée du « Zad Al Mouçafir » d'Ibn Al Jazzar et de sa traduction inavouée ou « Viaticum » de Constantin que ce dernier connaissait mal ou très peu la médecine. Daremberg dans son étude sur Constantin (Archives des missions scientifiques - Cahier IX) écrit : « J'ai établi, je crois, sur des preuves décisives que Constantin n'avait rien ou presque rien écrit lui-même ;

que tous ses ouvrages sont des traductions ou des plagiats déguisés, enfin, qu'il a traduit de l'arabe et non du grec.

IIIme PARTIE

LE MANUSCRIT

ANALYSE *TRADUCTION*

I. — *Origine du Manuscrit.*

Le passage que nous avons traduit est extrait d'un recueil maghrebin contenant divers traités de médecine arabe, conservé à la bibliothèque de son Excellence Ahmad Khairy Bey, à Al Bahira (Egypte).

Le présent traité occupe dans le recueil précité 44 pages petit format allant de la page 109 à 155 inclus.

II. — *Titre de l'Ouvrage.*

L'étude approfondie du manuscrit nous fait douter de l'unité de cet ouvrage. Il nous semble évident que nous avons là, deux opuscules : le premier occupant les dix premières pages et qui mérite le titre de : « *Tibb al Mashayakh* » (médecine des vieillards) ; le deuxième occupant 37 pages traite surtout des précautions à prendre pour prolonger l'existence. Ibn Al Jazzar y reprend les éléments vitaux dont il étudie les perturbations qui engendrent la maladie. La notion d'hygiène appliquée à conserver la santé et à prolonger la vie est d'ailleurs chère à Ibn Al Jazzar. En effet, d'après Ibn Abi Oussaibya, son biographe, l'œuvre la plus importante de notre médecin kairouanais a pour titre « *Al' Udda Li Tul-al-mudda* » (précautions à prendre pour prolonger l'existence).

Cette œuvre n'est pas arrivée jusqu'à nous et n'eut été prise la précaution par Ibn Abi Oussaibya qui qualifie cette œuvre comme étant la plus importante qu'Ibn Al Jazzar ait écrite, nous aurions été ten-

té de donner à la deuxième partie de notre extrait, le même titre que « *Al Udda Li Tul al Mudda* ». De toute façon, nous sommes tenté de penser que le manuscrit que nous venons d'étudier peut être :

Soit un abrégé de « *Al' Udda Li Tul al Mudda* », et le maître d'Ibn Al Jazzar, Ishaq Ibn Soleiman al Israeli n'a-t-il pas écrit lui-même un « Kitab al baul » (livre des urines) et un abrégé du même livre. ?

Soit une copie incomplète de « *Al' Udda Li Tul al Mudda* ». En effet, le manuscrit que nous avons consulté se termine contrairement à ce qui se fait habituellement dans les ouvrages de médecine arabe par l'exposé d'une formule sans qu'il y ait précision que l'ouvrage est terminé.

Ce point de vue se trouve confirmé par le fait qu'Ibn Al Jazzar termine le préambule de cette deuxième partie du manuscrit par la phrase suivante :

« J'ai trouvé utile de composer à partir des principes de la médecine un ouvrage dans lequel on trouvera les moyens et l'aide nécessaire pour conserver la santé et assurer une longue vie ».

Nous savons que c'est là, une coutume des auteurs arabes de mettre le titre de leur ouvrage à la fin de l'introduction.

TRADUCTION

Abou Djaffar Ahmed Ibn Ibrahim Abou Khalad Ibn Al Djazzar, le médecin qui marche sur les traces des savants, dit : la connaissance de la conservation de la santé des gens bien portants suivant leur âge, leur tempérament, la nature de leur pays et leurs habitudes, représente un chapitre d'un intérêt considérable et d'une grande importance dans l'art de la médecine. En effet si l'homme étudie ces choses et les

met en pratique, il pourra atteindre la vieillesse la plus avancée, avec des organes indemnes de maladie et de douleur, et parvenir à la limite de l'âge normal sans connaître les maux qui l'obligeraient à recourir à quelqu'un pour le porter, le faire manger et boire comme un enfant. Cet état est celui que Platon appelle « la mère de l'oubli ».

Rufus (d'Ephese) prétend que parmi les gens, certains vieillissent prématurément et d'autres tardivement. On appelle généralement vieillard, l'homme qui dépasse soixante ans. Vous devez donc apprendre la conduite à tenir et ordonner aux gens de cet âge d'éviter la fatigue, la nourriture abondante et l'excès en toute chose. Ne changez pas leurs habitudes d'un seul coup, mais peu à peu, de façon progressive et non brutale.

L'habile Galien prétend que pour conserver la santé il faut : l'exercice physique, ensuite le manger, le boire puis le sommeil et l'activité sexuelle. Il affirme en outre, que les vieillards, les convalescents les personnes qui ont un estomac froid et une digestion lente, doivent faire après les repas des mouvements modérés, au point que certains médecins ont dit que le nombre de ces mouvements doit être équivalent à quarante pas environ. Celà permet aux aliments de se mettre en place et de descendre au bas de l'estomac pour être contenus dans la partie charnue où se fait la digestion. Elle se fait ainsi rapidement et les vieillards seront assurés contre ses troubles, cause prédominante de nombreuses maladies.

Les vieillards doivent faire des mouvements car il faut craindre que l'immobilité ne diminue ou n'éteigne leur chaleur innée. Aucun vieillard n'a besoin d'immobilité, de même qu'aucun n'a besoin de mouvements continuels car la chaleur innée doit être dé-

pensée. L'exagération des mouvements entraîne une perte de cette chaleur. Le massage avec de l'huile, le matin au réveil, fait du bien aux vieillards parce que leurs corps sont froids, moins capables d'ingérer les aliments, de les digérer et de les assimiler.

Le massage ranime leur force physique naturelle, les réchauffe, aide l'absorbtion des aliments, leur transport vers les organes et la rapidité de la nutrition.

Les vieillards doivent pratiquer en hiver, au hammam ou dans une chambre tiède, des onctions avec une huile tiède et parfumée telle que l'huile de lis, l'huile de giroflée, l'huile de nard indien, l'huile de camomille, l'huile d'aneth, l'huile de costus et analogues.

Ces huiles sont parmi ce qui réchauffe le corps des vieillards, le raffermit et augmente l'intensité de leur chaleur. Par contre en été, il faut faire un mélange des huiles que nous avons citées, avec de l'huile de rose ou de l'huile de violette ou de l'huile extraite à partir d'olives encore vertes car elle est froide. Il convient de choisir parmi les parfums ceux qui sont à la fois rechauffants et subtils tels le musc et l'ambre, les encens tels que le ned de bonne qualité, le bois odoriferant, un parfum composé dans lequel entre une forte proportion de ben et de saule d'Egypte selon ce que nous avons dit dans notre ouvrage intitulé : « *Des Parfums* ». Cela convient aux vieillards et de préférence en hiver.

Les vieillards doivent rester au lit plus longtemps que les jeunes pour que la combustion des résidus qui sont en eux soit complète grace au sommeil et à la chaleur. Quant aux rapports sexuels, ils sont de l'avis unanime des anciens, incompatibles avec les tempéraments secs et se montrent encore pires pour ceux dont le tempérament est à la fois sec et froid.

C'est pour cela que les gens les plus vieux sont ceux dont le tempérament est le moins sec.

Nous commencerons par citer les remèdes composés qui méritent d'être mentionnés pour leur efficacité sur les corps des vieillards. Parmi eux figure l'électuaire que Galien employa lorsqu'il présenta une prédominance du tempérament froid et pituitaire, et des troubles de la mémoire. Il est actif, (par la grace de Dieu), contre le froid des reins, les douleurs rénales, les entorses, la toux de pituite. Ce médicament en arrivant dans l'estomac possède des propriétés stomachiques, supprime l'aérogastrie, favorise la digestion, ouvre l'appétit, dissout la pituite en excès dans l'estomac et ailleurs, calme la migraine due à l'abondance des humeurs épaisses et froides, et à ce qui en remonte au cerveau, éclaircit la vue, aiguise l'intelligence, éloigne l'oubli, éclaircit la voix, retarde la canitie, supprime la goutte causée par le froid. Le vieillard qui l'emploie de façon continue n'aura besoin de rien d'autre pour conserver sa santé.

Formule : *prendre* :

poivre blanc
poivre noir
galanga
cannelle
acore odorant
safran
souchet long
nard Indien
girofle
cardamone
cannelle de Ceylan
costus doux
cannelle de Chine

à a parties égales

graine de Baumier de La Mecque bois de Baumier Asarum gingembre graine de myrte	à à parties égales
mastic du Levant	5 parties

Piler et tamiser tous ces produits, les pétrir dans du miel écumé, les mettre dans un vase lisse et en boire un mitqal le matin et un mitqal le soir au coucher. Ce médicament a été expérimenté.

Description de l'électuaire que mon oncle Abou Bakr, que Dieu lui accorde sa miséricorde, utilisait pour conserver sa santé lorsqu'il atteignit l'âge de soixante ans. Ce remède est efficace contre la pituite, l'aérophagie et les estomacs froids, contre la constipation, les reins froids, les refroidissements, le refroidissement des intestins qui engendre les coliques, contre la polyurie. Il purifie les corps des vieillards des humidités provenant d'une mauvaise digestion, augmente la diurèse et réchauffe modérément. Son expérimentation s'est montré satisfaisante.

Formule : *prendre* :

turbith végétal sucre de canne	à à 3 dirhems
cannelle gingembre galanga nard Indien clou de girofle moutarde sauvage écorce de cannelle de Chine	à à 4 dirhems

cardamone de Malabar
gros cardamone de Ceylan
noix muscade
cedrat épluché
bois de baumier
graine de baumier
} à à 2 dirhems

Piler et tamiser. Malaxer le turbith avec 10 dirhems d'huile d'amandes douces. Pétrir le tout avec 3 fois le poids total de miel écumé. Mettre dans un vase lisse et s'en servir au besoin. Dose 2 mitqals.

Description d'un électuaire pour soigner les corps des vieillards et éliminer la pituite de l'estomac et des articulations. Il guérit la constipation, supprime les flatuosités, active les fonctions sensorielles, augmente la diurèse, favorise la digestion. Ce que je connais des bienfaits de ce médicament sur les corps des vieillards serait trop long à décrire et donnerait à ce livre un volume trop important. C'est un remède que j'ai préparé pour moi-même lorsque j'atteignis l'âge de soixante ans.

Formule : *prendre* :

mastic du Levant
graine de fenouil doux
anis vert
gingembre séché
} à à 10 dirhems

menthe aquatique séchée
cannelle piquante
poivre
poivre long
nard Indien
fleur de Schoenante
galanga
ammi
carum nigrum
} à à 5 dirhems

safran
cabaret (Asarum)
costus doux
souchet long épluché
} à à 3 dirhems

clou de girofle
cardamone de Ceylan
cubebe
noix muscade
macis
graine de baumier
pyrethre
bois de baumier
cannelle de Chine
if commun
acore odorant
} à à 2 dirhems

Piler ces produits, tamiser, mélanger le tout dans un mortier avec deux ouquias de surcre candy. Pétrir ensuite le tout avec trois fois le poids total de miel écumé. Verser dans un vase lisse, prendre 1 à 2 mitqals avant chaque repas ou suivant les besoins.

Description du sirop de miel confit aux aromates utile aux vieillards, composé par mon oncle (Abu Bakr) pour Djaffar Ibn Ali el Hadjab qui en fut satisfait. Ce médicament est actif contre la toux froide et chronique et beaucoup d'autres affections.

Formule : *prendre* :

10 ratls de miel blanc cristallisé, ajoutez-y, 20 ratls de jus de raisin en été, ou une décoction de Basilic de saveur et d'odeur agréable en hiver. Mettez le tout dans une marmite sur un feu doux.

Prendre ensuite :

mastic du Levant
cannelle
} à à 1 dirhem

safran
nard Indien
clou de girofle
Cardamone de Malabar
gingembre sec
cabaret (Asarum)
poivre
poivre long
galanga
} à à 1 dirhem

Piler les aromates et les enfouir dans un nouet d'étoffe mollement serré. Plonger ce nouet dans la marmite au début de l'ébullition et le presser de temps en temps jusqu'à obtenir la consistance d'un julep. Laisser refroidir, puis mettre en flacons.

Dose : 1 ouquia (1) dans 4 fois son volume d'eau.

Celui qui veut parfumer ce sirop et le rendre plus actif peut le mélanger avec 2 daniqs (2) de musc.

Les vieillards en mettent dans l'eau surtout en hiver. Celui qui veut le rendre plus doux y ajoutera 4 ratls (3) de sucre blanc. Pour supprimer les humidités de la poitrine on remplacera le sucre ordinaire par le sucre candy (4). C'est un remède réservé aux nobles. J'ai indiqué des remèdes analogues dans mon ouvrage « *Al Nash* » dans lequel j'ai réuni les médicaments pour les rois.

Abou Djaffar (l'auteur) dit : On a toujours besoin de la médecine. Elle est louée par les gens appartenant à toutes les religions car elle vise un but unique, but qu'on ne retrouve dans aucune autre profession : la santé, sans laquelle l'homme ne peut rien faire de bien, ni de beau. Nos excellents anciens médecins ont tous été d'accord pour affirmer que

(1) Une ouquia, une once = 33 grs, 039
(2) Un daniq, 1/6 de drachme = 0 gr. 5149
(3) Un ratl = 397 grs, 260
(4) En arabe : fanid.

tant qu'il demeure dans l'homme une chaleur modérée et une humidité suffisante pour alimenter cette chaleur, on peut espérer pour lui une longue existence jusqu'au jour fixé par Celui qui dispose du temps et qui arrête l'heure de la vie et de la mort. Il n'est d'autre divinité que Lui. Ils sont aussi unanimes pour affirmer que la mort survient à la fin de la vie par extinction de la chaleur innée et par refroidissement.

L'homme devient sénile et sa force disparaît pour deux raisons :

1°) Une décrépitude naturelle inévitable et inéluctable telle que la sénilité et l'amaigrissement des vieillards à la suite d'une diminution de leur force physique et de l'extinction de leur chaleur innée qui devient incapable de fournir à l'organisme une humidité nourricière pour compenser les pertes subies par dissolution.

2°) Une senilité acquise, à l'instar des maladies accidentelles de l'organisme. C'est pour cela qu'on a comparé l'homme à un fruit qui peut tomber par accident mais qui, hors cela, irait jusqu'à sa parfaite maturité.

Nos anciens sont unanimes pour déclarer que la conservation de la santé s'obtient grâce à un traitement approprié et que la restitution de la santé aux corps malades s'obtient par les remèdes spécifiques de leurs maladies. C'est pour cela que le médecin a besoin pour établir l'état de santé, de connaître l'état normal, car cela lui permet de reconnaître tous les états normaux et d'en différencier les états anormaux. S'il applique le traitement approprié et évite le contraire, il arrivera à préserver la santé. Si le corps sain n'était pas sujet aux souffrances et aux changements, ce corps, de si bonne apparence

quand il est en parfaite santé, resterait toujours dans le même état et n'exigerait pas de soins. Mais comme il est sujet aux changements, aux altérations, aux transformations et ne garde pas son état primitif, on doit connaître ce qui concerne la conservation de la santé dont Dieu a fait une des conditions de l'existence. Nous avons d'ailleurs indiqué dans notre livre intitulé : « *Les principes de la médecine* » que les corps se transforment sous l'action d'éléments indispensables quils rencontrent obligatoirement. C'est pour cela que les médecins les ont appelés « éléments communs ». Si ces éléments sont utilisés d'une façon équilibrée et proportionnée, s'ils sont dosés quantitativement et qualitativement en vue d'un traitement efficace, ils deviennent des éléments qui conservent la santé lorsqu'elle existe et qui la rétablissent quand elle a disparue.

S'ils sont employés d'une manière excessive, désordonnée et déséquilibrée, ils déclenchent ou aggravent la maladie.

Ces éléments sont au nombre de six. :

1°) l'air ambiant

2°) le manger et le boire.

3°) le sommeil et l'état de veille.

4°) le mouvement et l'immobilité.

5°) l'évacuation et la rétention.

6°) les états de l'âme.

Si nous analysons ces six éléments dont nous avons dit l'influence inévitable sur l'état des corps humains, nous trouvons dans chacun d'eux, une catégorie de facteurs qui maintiennent les corps en

parfaite santé. Quant aux corps dont la santé décline, on les protégera en éliminant les mauvaises humeurs qui les dominent, et en leur prescrivant un élément convenable parmi les six éléments nécessaires et communs dont les malades et les gens sains doivent absolument avoir la jouissance et la libre disposition.

Galien a d'ailleurs résumé tout ceci en un chapitre dans lequel il dit : « *la conservation de la santé est fonction de deux facteurs* » :

1°) Une alimentation en rapport avec l'âge du sujet, la saison, les habitudes acquises, les aliments et les boissons que le corps a l'habitude de recevoir depuis longtemps.

2°) L'élimination des déchets et des matières nocives formés dans l'organisme, car les aliments et boissons absorbés ne sont pas entièrement bons et générateurs d'un sang pur et sain, toujours en harmonie avec la nature de l'homme, mais sont formés d'une partie favorable et d'une partie mauvaise.

C'est pour cette raison que Galien a dit que l'un des actes médicaux les plus utiles et les plus fréquemment indiqués consiste à purifier toutes les parties du corps, et surtout les parties nobles, de leurs déchets, d'origine alimentaire.

Abou Djaffar dit : « J'ai jugé utile de composer à partir des « principes de la médecine » un livre dans lequel on trouvera les moyens et l'aide nécessaires pour conserver la santé et assurer une longue vie. On n'y trouvera ni confusion ni complications mais une description satisfaisante, facile à comprendre. Nous y mentionnons parmi les remèdes qui conservent la santé, ceux qui assurent un bon résultat, avec l'aide de Dieu.

DE L'AIR AMBIANT

On sait parfaitement que l'air ambiant, s'il devient trop chaud ou trop froid, trop humide ou trop sec, trouble et altère le tempérament du corps, pilier de la santé. Les corps des animaux ne peuvent s'empêcher de respirer; il est donc impossible que les variations de l'air n'entraînent pas de transformations des corps.

Il nous arrive de voir que l'homme qui se prive de nourriture, de boisson et de toute autre chose, parvient ainsi à vivre deux ou trois jours et même davantage. Lorsqu'on l'empêche de respirer, il en résulte un trouble grave car l'air est utile au corps. L'air pur ambiant convient à tout le monde et on peut le respirer à tout moment. L'air est sain, quand il est pur et il est pur quand il n'est pas vicié par les émanations provenant des lacs, de l'eau qui stagne dans les trous, dans les marécages, dans les fossés et qui dégage des vapeurs nauséabondes. De même l'air vicié par un fleuve ou par la proximité de la mer n'est pas bon. C'est pour cela que les villes environnées de marécages, de boccages, de grands lacs, et les villes en bordure de mer, augmentent les déchets dans les corps et empêchent leur dissolution, à cause de l'humidité et de l'abondance de leurs eaux. En effet, leur atmosphère est polluée et n'est ni pure, ni saine. Or, les corps, pour être bien portants, ont besoin d'air absolument pur et sain.

L'air qui doit parvenir aux corps sains en hiver et en automne est celui apporté par le vent d'Est parce qu'il est dissolvant et réchauffant. Par contre, au printemps et en été, les ouvertures des habitations doivent être orientées au vent du Nord, car il protège les corps au cours de ces deux saisons, contre une dissolution excessive, régularise la chaleur innée,

met les corps en forme, facilite les mouvements surtout chez ceux de complexion chaude.

Ce que nous venons de dire, à ce sujet, dépend du climat des contrées : celles où domine la chaleur doivent avoir les ouvertures des habitations orientées vers le Nord et celles où il fait très froid, des ouvertures orientées vers l'Est.

CONDUITE A TENIR EN CAS DE CHANGEMENT D'AIR.

Galien a dit : « Ce qu'il convient d'abord de faire au cas de changement d'air, c'est habiter au fond des chambres le plus souvent et éviter de s'exposer à cet air nouveau. Contrebalancer le tempérament de l'air par des aliments, des boissons et médicaments. Eviter de manger et de boire en excès. Aller au hammam dont la température est tiède et l'eau douce; respirez chaque matin les parfums agréables pour combattre le tempérament de cet air vicié. Buver de la thériaque surtout lorsque le changement d'air se fait vers le froid ».

Dans son chapitre sur la « Thériaque » Galien a dit : « Nous la donnions à ceux qui étaient atteints de maladies épidémiques. L'épidémie est une corruption de l'air qui devient impur et contamine tous ceux qui le respirent, car, les gens le respirent obligatoirement et ne peuvent éviter ses effets nocifs. Il agit alors sur leurs corps à la façon d'un aliment mortel. C'est pour cela qu'on a fait l'éloge d'Hippocrate, pour sa façon d'enrayer l'épidémie qui a sévi en Grèce, importée d'Abyssinie. Il modifia l'air et le transforma de sorte qu'il ne devint pas mortel pour les habitants de sa ville. Il ordonna aux gens d'allumer autour de leur ville un feu avec beaucoup de bois et autres matières très inflammables, telles que

les huiles et les arbres odoriférants. Il ordonna ensuite de jeter sur la braise une grande quantité de parfum et d'huiles odoriférantes. Cela fut fait et c'est ainsi qu'ils échappèrent à la mort due à l'air vicié.

« La thériaque », a dit Galien, « possède la même propriété, car elle ressemble au feu. Elle purifie, soulage toutes les douleurs et rétablit ce qui est altéré. Celui qui la boit en période d'épidémie n'est pas atteint par la maladie. Celui qui est malade et en boit, échappe à la mort, car elle corrige la corruption de l'air et l'empêche d'altérer le corps ou de le détruire ». Il a ajouté dans l'un de ses chapitres : « Il convient de faire boire la thériaque en période de bonne santé, je vous conseille donc, au cas de corruption de l'air, de maladies relevant de cette corruption ou de toute autre maladie courante qui atteint le corps, de prendre de la thériaque pour vous rendre maître des maladies et des maux éventuels. Si (le corps) est déjà atteint, sa guérison sera rapide car la thériaque améliore son tempérament, supprime les humidités, réchauffe les membres froids, ranime les forces, aide la nature, qui, devenue forte, remplit son rôle de façon parfaite. Elle réchauffe l'estomac jusqu'à concoction (1) des aliments, purifie l'organisme des déchets qui sont dans les intestins et les canaux du corps.

Quant à celui qui se fatigue modérément et adopte une conduite équilibrée, il n'est presque jamais atteint par ces maladies, dans tous les cas précités.

---

(1) Concoction : résultat de la fonction de l'estomac sur le bol alimentaire.

DE L'ALIMENTATION

Pour celui qui désire conserver et prolonger sa santé, la meilleure habitude à prendre, est de manger à heure fixe et de ne pas abuser d'aliments qui engendrent un mauvais chyme. Galien a dit : « Il convient d'éviter toujours tout aliment dont le pouvoir nutritif est mauvais, qu'il augmente les humeurs ou qu'il les diminue. Les aliments à grand pouvoir nutritif et qui ne sont pas gâtés ne doivent pas être obligatoirement rejetés : celui qui se fatigue beaucoup et dont les viscères sont de bonne constitution, n'est pas dérangé par l'usage inconsidéré d'aliments à grand pouvoir nutritif et visqueux. Quant aux autres, ils n'échappent pas à l'effet néfaste de ces aliments. Parmi les choses qui tirent profit de la nourriture et de la boisson, la santé est la plus importante. Nous avons vu que celui qui réduit de moitié la quantité d'aliments nocifs et se contente du strict nécessaire pour vivre, celui qui repousse les désirs qui naissent dans l'âme, a un corps plus sain et une vie plus longue parce que Dieu, qu'IL soit exalté, a créé ainsi grâce à sa sagesse un facteur de prolongation de la vie. Celui qui désire la santé fuit les désirs et ne préfère pas un repas à plusieurs repas.

Combien de fois a-t-on dit, un seul repas empêche d'en prendre plusieurs ? Celui qui est prudent, ont dit certains savants, mange lentement. Quelqu'un d'autre a dit : « Celui qui veut conserver la santé, ne touche aux aliments que lorsqu'il éprouve de l'appétit et ne fera pas supporter à l'estomac une nourriture indigeste car elle n'est pas bien assimilée. Si la digestion se fait mal, elle devient l'une des causes prédominantes de maladies : « Il ressort de ce que

l'on vient de dire que l'une des conditions de conservation de la santé pour les êtres bien portants est de manger à heure fixe et d'éviter de manger plus qu'il ne faut. On ne doit manger que l'orsqu'on éprouve de l'appétit et par besoin.

Les replétions répétées sont les causes les plus importantes d'altération du sang et de naissance de maladies, que la replétion soit produite par des aliments dont on recommande la consommation ou non. Mais lorsque cette replétion est produite par des aliments impropres à la consommation, son effet est bien plus néfaste. Quant à l'homme bien portant qui s'est habitué à prendre des aliments et des boissons impropres à la consommation, son corps, du fait de l'habitude est moins vulnérable.

Dans son livre sur « *Les habitudes* », Galien a dit que beaucoup de gens qui se sont habitués à prendre des aliments grossiers et mauvais n'en souffrent pas; bien au contraire, ils souffriraient s'ils les délaissaient pour des aliments meilleurs, car cela ferait naître en eux une habitude nouvelle. Il ajouta plus loin : « Apprenez cette vérité : l'usage d'aliments de bonne qualité est une bonne habitude donnant d'excellents résultats. L'usage de choses nocives, bien que celui qui les prend puisse ne rien ressentir au début finit toujours par accélérer sa perte. Tous les médecins sont d'accords pour dire que le remplacement brusque d'une habitude par une autre, chez les êtres bien portants, entraîne des troubles graves, qui le sont encore plus chez les malades.

Galien a dit dans l'un de ses chapitres : « Retenez cette règle au sujet des aliments : tous les aliments dont la consommation n'est pas recommandée, qui sont humides, visqueux, à transit rapide, doivent être pris au début du repas, avant tout au-

tre nourriture. Si on les ingère en premier lieu, ils activent le transit et ouvrent la voie aux autres aliments qui les accompagnent dans leur descente.

Si on les prend à la fin du repas, ils s'altèrent et altèrent les autres aliments. » Il ajoute d'ailleurs que les aliments longs à digérer doivent être pris après les aliments émollients. Quant aux aliments à transit et élimination rapides, ils s'altèrent s'ils séjournent dans l'estomac : il faut donc les ingérer avant tous les autres.

Yahia Ibn Massaouih s'est trompé en contredisant Galien à ce sujet : « si quelqu'un, a-t-il dit, réunit dans un même repas un mets de digestion rapide et un autre de digestion lente, il doit commencer par celui dont la digestion est lente, et le faire suivre par celui à digestion rapide, afin que le lent descende au fond de l'estomac, portion la plus chaude et possédant le plus grand pouvoir digestif grâce à l'abondance de parties charnues. Nous avons indiqué dans notre livre « *l'estomac* » que l'idée soutenue par Ibn Massaouih provoque une mauvaise assimilation. Les aliments faciles à digérer et à transit rapide, s'ils séjournent dans l'estomac parce qu'ils ont été précédés par les aliments longs à digérer, s'altèrent et altèrent les aliments qui viennent se mélanger à eux. Cela entraîne une atteinte de l'estomac et une mauvaise digestion.

Galien a dit : « Celui qui est prudent et prend soin de son alimentation afin d'avoir toujours une bonne assimilation évite d'être atteint par des maladies éventuelles ».

Hippocrate a dit : « Un facteur de conservation de la santé consiste à ne manger qu'après s'être légèrement fatigué puis reposé jusqu'à éprouver de l'appétit. Après avoir mangé, l'homme doit s'allon-

ger un instant puis se lever. Il s'efforcera de ne pas boire d'eau avant que les aliments aient pris leur place. Puis il boira la quantité d'eau nécessaire pour étancher sa soif plus une petite dose pour assurer le transport de la totalité des aliments vers les organes et leur évacuation ».

DU SOMMEIL ET DE L'ETAT DE VEILLE

On définit le sommeil comme un état pendant lequel les sens ne remplissent pas leurs fonctions habituelles. Le sommeil profond est la suspension de l'activité naturelle et habituelle de l'esprit humain.

COMMENT SURVIENT LE SOMMEIL ?

Dieu, que son Nom soit béni et exalté, a divisé le temps en deux moitiés : il a fait la nuit sombre et le jour lumineux.

Il a donné aux corps un besoin de nourriture. Ils ne sont entretenus et ne subsistent que grâce aux aliments absorbés. Cette nourriture ne sera prise que lorsque le besoin en sera ressenti.

Le jour est lumineux et plus chaud que la nuit grâce à la chaleur du soleil et à son intense lumière. Le degré d'activité de l'âme est fonction de la lumière car celle-ci lui correspond et s'harmonise avec elle. La grande activité que déploie l'âme pour rechercher ce qui est indispensable au corps est un facteur de conservation. La trop grande préoccupation du choix de sa subsistance pendant le jour empêche l'organisme d'assurer la concoction (1) des aliments en répandant à la surface du corps, la chaleur naturelle. Les hommes ont absolument besoin d'im-

(1) Concoction : Résultat de l'action de l'estomac sur le bol alimentaire (vieux terme de médecine.)

mobilité et de repos car la fatigue continuelle, la recherche obstinée (de la subsistance), et l'activité intense pendant le jour, entraînent pour eux, le même préjudice que le manque d'activité et d'effort dans le même but.

Le Créateur a fait la nuit sombre pour le repos des corps et les a aidés à s'y reposer grâce à l'obscurité et à la fraîcheur qu'IL répand. La concoction y est plus grande parce que la chaleur naturelle se retire à l'intérieur du corps. C'est pour ces raisons que la nuit est réservée au sommeil et non le jour.

Causes qui suppriment la sensibilité : Ce sont le froid et l'humidité du cerveau : Si ce dernier se réfroidit et devient humide, son attention se relâche et son pouvoir sensoriel diminue car les organes sensitifs naissent en lui, et partent de lui. L'âme se détourne alors de l'usage des sens parce qu'il lui devient difficile de percevoir et incline vers la réflexion. Celà provoque le sommeil.

Galien a dit dans son « *Commentaire sur le dialogue de Platon et Timaous* (1) », que dans les circonvolutions cérébrales est un esprit vital utilisé par l'âme, pour accomplir ses actes volontaires.

Cet esprit fait partie de l'esprit même du cerveau. C'est lui qui a besoin de repos et de nourriture, car dès le moment de l'éveil, il est distribué à l'extérieur vers tous les organes des sens. Au moment du sommeil, il devient plus léger qu'auparavant et, fatigué, se retire en profondeur par besoin de repos et de nourriture. Tous les organes des sens puisent alors leur nourriture dans le sang. Cet esprit qui se trouve dans les circonvolutions cérébrales est le principal agent des activités de l'âme.

---

(1) Ibn Abi Oussaibya dans « Ouyoun al Anba fi Tabaqat al Attiba », fait mention de ce commentaire.

Il prend sa nourritude dans l'essence qui s'élève jusqu'au cerveau par les artères, et aussi dans autre chose lui parvenant par l'air respiré, ces deux substances nourricières se trouvant dans les profondeurs du corps. Hippocrate a été le premier à découvrir et à connaître cela. Il a été le premier à déclarer que le corps de celui qui est éveillé est plus chaud à la surface et le corps de celui qui dort plus chaud à l'intérieur.

Voilà donc les causes du sommeil pour l'homme normal.

Causes de l'éveil : Lorsque les déchets sont rassemblés au cours du sommeil, l'éveil survient pour les évacuer des conduits dans lesquels ils se sont accumulés. C'est pour cela qu'il est rare de se réveiller avant la fin de la digestion, sauf si l'on transpire, si l'on éprouve l'envie de déféquer ou d'uriner ou si l'on est réveillé accidentellement.

Si ces déchets n'étaient pas évacués pendant l'état d'éveil, la chaleur animale se répandrait partout et les bloquerait comme nous le constatons en regardant un feu allumé à l'extérieur : Si la fumée est faible et ne trouve pas d'issue, elle étouffe le feu et l'éteint.

C'est pour cette raison que la nature, par la volonté de Dieu, veut que l'éveil suive le sommeil. L'éveil ressemble à la lumière, elle aussi est capable d'éliminer les déchets, de dilater les vaisseaux, d'activer les forces de l'âme face aux nécessités de la vie. Le sommeil ressemble à l'obscurité, elle aussi, contracte les vaisseaux et accumule les déchets. Le corps humain de par la volonté de Dieu est doué de mouvements instinctifs pour expulser les déchets accumulés par l'immobilité du sommeil, les dissoudre et en ouvrir les conduits. En effet, pendant le sommeil, le corps est immobile, les forces de l'âme se reposent et la

nature effectue son travail à l'intérieur du corps comme nous l'avons décrit.

Le genre de vie le plus favorable aux bien portants est de dormir la nuit et d'être éveillé le jour comme le corps en a pris l'habitude. Lorsque le sommeil dépasse la durée normale pour les bien portants cela inquiète (les médecins).

Galien a dit : « Le sommeil prolongé, profond et qui dépasse la durée habituelle est suspect et décèle une maladie toutes les fois qu'il apparaît chez un être bien portant ». Il affirme ailleurs que le sommeil modéré donne naissance à un sang excellent. Par contre, celui qui dépasse la moyennee entraîne une altération des humeurs. Celui qui est au-dessous de la moyenne, c'est l'insomnie, entraîne une prédominance de bile jaune, dans les humeurs.

Dans son « *Commentaire du livre d'Hippocrate sur les humeurs* » il à dit : « Celui qui est dominé par les humeurs sanguines a plus besoin de veille que de sommeil, surtout si ces humeurs sont fortes. Le sommeil le plus réparateur est celui qui abaisse la puissance des humeurs et diminue leur volume.
,L'insomnie, elle, amaigrit le corps, le transforme, assèche les humidités et fait naître la lassitude. Celui qui est sujet aux insomnies peut tirer profit du massage émolient avec beaucoup d'huile. de la balnéation dans l'eau douce et chaude et de l'exercice calmant et lent.

DE L'UTILITE DE L'EXERCICE POUR LES CORPS

Les anciens étaient tous d'accord sur ce point : la pratique modérée de l'exercice physique est d'une très grande utilité pour les corps des êtres bien portants car elle engendre de la chaleur qu'elle répand dans toutes les régions du corps.

Hippocrate a dit dans son livre « *Les Epidémies* » on maintient la santé avec un peu d'exercice, en évitant de manger à satiété et en ne craignant pas la fatigue.

Nous avons constaté que les nourrices savent par expérience l'utilité que présentent les mouvements modérés pour les enfants au berceau et sur leur lit, de même, qu'elles savent l'utilité des chansons qu'elles fredonnent pour calmer la douleur des enfants et les *préserver,* cela encore de nos jours. (1)

Il est à notre avis exact que la musique et l'exercice physique conviennent à la nature humaine et l'éduquent. Celui qui peut pratiquer ces deux arts d'une façon parfaite donnera à son corps et à son esprit une bonne culture.

Galien a dit dans l'un de ses chapitres : « le sang de bonne qualité est celui qui ne contient ni bile jaune, ni bile noire, ni pituite, ni humeurs aqueuses.

Le sang qui présente ce caractère se forme dans les corps qui font des exercices modérés, absorbent des aliments dont le bon chyme est utilisé au moment propice grâce à une énergie efficace, et des boissons en petites quantités en temps opportun. Quant au repos et à la tranquillité, ils n'ont pas le pouvoir de conserver la santé, car ils accumulent dans le corps des déchets abondants, froids et humides ».

Hippocrate dans le chapitre VII du livre intitulé « *Les Epidémies* » a dit : « la fatigue, la nourriture, les boissons, le sommeil et les rapports sexuels doivent tous être modérés. »

« Ce qui importe pour conserver la santé »,, a dit

(1) Les mères arabes, depuis l'Antiquité, tiennent à ce que leurs enfants dorment en souriant car disent-elles, leur corps se développe mieux ainsi.

Galien, dans son livre « *Conseils pour les bien portants* », c'est d'abord la fatigue, après la fatigue, le manger et le boire, après cela, le sommeil et après le sommeil, les rapports sexuels ».

Celui qui connaît l'action des exercices physiques n'éprouvera aucune difficulté pour savoir quand il faudra y recourir, car ils aident la digestion, éliminent les toxines et dissolvent les déchets. Il faut les pratiquer avant les repas. Le meilleur exercice physique est celui qui est pratiqué modérément et qui utilise de petites balles. Moins bonne est l'équitation avec un cheval marchant doucement. Le plus mauvais exercice parmi tous, est le galop à cheval et le trot à vive allure. Il faut pratiquer les exercices physiques tant que le corps en profite, en tire un bon teint, acquiert de la souplesse dans ses mouvements et sans éprouver ni fatigue, ni lassitude.

Si la personne commence à se fatiguer et à se lasser de la marche, elle doit y renoncer, surtout si elle transpire beaucoup, car cela diminue ses forces, amaigrit son corps et assèche son organisme. Quant aux gens dont l'estomac est froid et qui digèrent lentement, ils doivent faire après manger des mouvements modérés afin que les aliments prennent leur place et descendent dans la partie inférieure de l'estomac qui est la plus charnue et qui assure la digestion, Celle-ci se fait alors rapidement.

Ceux qui ont un estomac froid et une digestion lente, ne sont pas les seuls à profiter des mouvements après les repas, mais aussi les vieillards et certains convalescents, car leur estomac est faible également : lorsque les aliments parviennent à la partie inférieure de l'estomac par l'effet de mouvements modérés, cela leur évite une mauvaise digestion et une mauvaise assimilation.

Quant à celui dont le corps contient beaucoup

d'humeurs crues dans l'estomac ou les vaisseaux par suite de mauvais régime et d'indigestion, la fatigue lui est nuisible et parfois mortelle.

Galien, dans son commentaire du chapitre II du livre d'Hippocrate sur les « *Humeurs* » a dit qu'un homme était venu le voir et lui dire qu'il s'était vu en songe debout au milieu d'un lac de sang. Après l'examen de son corps, de ses artères, de son pouls, et la constatation de signes aigus et manifestes d'abondance et de pléthore, Galien lui prescrivit la saignée, il refusa et s'adressa à un membre de l'école Aristotélicienne, ennemi de la saignée, qui lui prescrivit non pas la saignée mais la réduction de la masse sanguine au moyen de l'exercice physique. Il l'emmena avec lui et lui fit faire des exercices à outrance. L'homme en mourut sur le coup. En effet, l'excès d'exercice dissout le sang épais et en emplit les régions vides du corps, avant d'en réduire le volume. Si dans le corps, il n'y a pas d'endroit vide pour recevoir cet excédent, il reflue vers les cavités cardiaques, les remplit et lorsqu'elles sont pleines, l'esprit vital en sort. Lorsque cet esprit quitte le cœur, l'homme meurt.

Nous avons fait ressortir dans ce que nous avons déjà dit que le repas est une très bonne chose pour la conservation de la santé, de même qu'une activité modérée procure un grand bienfait. En effet, l'homme ne tombe (jamais) malade s'il prend la précaution d'éviter toujours les indigestions et les mouvements violents après les repas.

Galien, dans son livre sur « *Le bon et le mauvais chyme* » a dit : « De même que l'exercice physique avant les repas est le plus utile de toutes les choses qui conservent la santé, de même le mouvement après les repas est la chose la plus nuisible parce que le

chyme provenant de l'estomac en sort avant d'avoir muri. Cela entraîne dans les vaisseaux une grande accumulation de chyme, cause fréquente de diverses maladies, si elle n'est précédée d'une dissolution que provoquent une grande fatigue, une bonne digestion et une transformation en sang grâce à l'activité fonctionnelle du foie et des vaisseaux.

Ceux qui se fatiguent beaucoup, s'agitent constamment et pratiquent des exercices exagérés, ont besoin de se nourrir avec des aliments générateurs d'humeur épaisse, car toutes les fois qu'ils prennent des aliments générateurs d'humeur fluide, une quantité importante de cette dernière se dissout de leur corps par la fatigue et l'exercice : leurs forces déclinent et leurs corps faiblissent. Les aliments légers ont un pouvoir nutritif faible. C'est pour cela qu'ils affaiblissent les corps et les ruinent. La plupart de ces aliments sont plus des médicaments que des aliments. Les aliments les plus recommandés sont ceux qui se placent entre les aliments légers et les aliments lourds. Dans cette catégorie, on peut citer le bon pain, la chair de poulet, de francolin, de perdrix, de poule, de tourterelle, de petits oiseaux et toute nourriture semblable, telle la chair d'oiseaux, de poissons de roche et du large de la mer.

DU BAIN, APRES BOIRE ET MANGER.

Nos médecins réputés d'autrefois sont unanimes pour affirmer que le bain après les repas produit sur les corps des bien portants et des malades un préjudice semblable à celui que produit l'exercice physique après manger. En effet, si au moment du bain, il reste dans l'estomac des aliments non encore digérés, sa chaleur les fait sortir de l'estomac

et les attire vers les organes avant la fin de leur digestion. Cela entraîne un engorgement du foie et des pores du corps empêchant ainsi les déchets de se dissoudre et de sortir, Si de tels résidus restent bloqués dans le corps et ne sont pas éliminés, ils se putréfient, se liquéfient et engendrent des fièvres.

Galien a dit : « Celui qui boit puis se baigne immédiatement après, des vapeurs lui remplissent la tête et lui donnent la migraine ». De même, en été, on ne doit nager qu'après la digestion des aliments et leur assimilation par les organes, cela afin que les mouvements du nageur ne les attirent pas vers les membres avant la fin de leur digestion, ce qui provoquerait des fièvres dangereuses et des arthralgies.

Galien a dit, en outre, dans son livre sur « *Les maladies difficile à guérir* », au sujet de la douche froide en été, prise immédiatement après manger sans qu'il y ait nage ni fatigue : « J'ai vu un médecin parmi ceux que j'ai longtemps fréquentés, prescrire à ceux qui absorbent trop de nourriture pendant les jours de forte chaleur, de prendre une douche sur tout le corps puis de se tremper dans l'eau jusqu'à ce que le corps soit refroidi à sa surface et que la chaleur s'installe à l'intérieur ».

Il a ajouté : « J'ai expérimenté sur moi et constaté que cela aide à digérer lorsqu'il fait très chaud ou que l'on craint l'indigestion ou la pesanteur des aliments. Ce procédé est recommandable et je n'ai pas vu de cas où l'action de l'eau froide fut plus efficace que celui que je viens de citer. De même qu'on ne doit manger et boire qu'après que le corps se soit reposé de l'agitation consécutive à l'exercice, de même il ne faut manger et boire que lorsque le corps a pris du repos au sortir du bain.

Galien a dit : « Si l'on mange et l'on boit immé-

diatement après le bain cela emplit la tête et la nourriture surnage à la bouche de l'estomac dans la plupart des cas ». On ne doit pas, de même, boire de l'eau tout de suite après le bain ou après un gros effort car cela refroidit le corps et engendre des œdèmes. Boire de l'eau dans le hammam a le même effet. L'exercice physique et la pratique du hammam après manger engendrent tous deux un engorgement du foie.

DE L'AMELIORATION DU CARACTERE

De la façon dont les gens bien portants tirent profit d'un état équilibré des humeurs dans leur corps, grâce à la volonté

Galien a dit : « Le caractère est un état permanent de l'âme inspirant ses mouvements et ses actes sans qu'il y ait réflexion préalable ».

Par exemple : si un groupe de gens entend un grand bruit, la frayeur les saisit; s'ils voient ou entendent quelque chose de risible, ils rient aux éclats, Dans son livre « *Les caractères* » Galien a dit : Si la nature possède la force du désir c'est pour lui permettre de subsiter grâce à la nourriture et la procréation, car si elle ne possédait pas cette force, je veux dire la force du désir, elle n'aurait pas pu exister.

De même, s'il n'y avait pas dans le rapprochement sexuel une grande jouissance, personne ne l'aurait pratiqué.

Lorsque la jouissance est contrôlée, au moment désiré, elle est utile. Si elle dépasse la mesure et la modération, elle est très nuisible.

Le caractère s'altère par la mauvaise conduite dans le boire, le manger, l'exercice physique, par les cho-

sés qu'on voit et la musique qu'on entend. Il faut donc, que celui qui veut pratiquer l'art de conserver la santé soit expérimenté en tout cela et ne s'imagine pas que l'amélioration de l'âme est du seul domaine du philosophe.

. En effet, le domaine du philosophe est un domaine plus grand et plus noble, c'est celui de la santé morale alors que le médecin ne s'occupe que de l'amélioration du caractère.

Galien a dit : « Il faut que le médecin connaisse le moment précis où il a besoin, soit de faire jouer les ressorts de l'âme soit de les freiner ».

Il a également dit qu'il convient parfois de contraindre les gens à l'effort plutôt qu'au repos non seulement à l'effort physique mais aussi à l'effort intellectuel. Les efforts intellectuels exagérés engendrent la bile jaune. Le répos modéré empêche la formation de bile jaune en augmentant la production d'humeur pituiteuse froide. Dans le même ordre d'idées, le chagrin, la frayeur, toute peine même si elle n'est pas accompagnée de chagrin, peuvent amaigrir le corps, le ruiner par leur grand pouvoir dissolvant et entraîner une prédominance de bile jaune dans le sang. Chaque fois que l'homme a un corps chétif, sous-alimenté, sa force diminue. Si cela s'accompagne de température, de tristesse, de douleurs épigastriques et de céphalées à cause de la bile jaune, on doit éviter au patient tout mouvement violent et toute émotion.

Hippocrate dans le chapitre VI de son livre « *Les Epidémies* » a dit : « A la nature chaude convient le froid, l'eau comme boisson et le calme. »

Galien a dit : « Le traitement de celui dont le tempérament est plus chaud que normalement

consiste en la prescription d'aliments dont la nature est plutôt froide surtout en été. Il doit faire peu d'exercices et limiter ses mouvements au cours de son activité, au strict minimum. Il doit, en outre, éviter la colère, les gros soucis, et pratiquer la balnéation dans l'eau douce plusieurs fois par jour.

LES REMEDES.

Description d'une thériaque parmi celles qui ont recueillies la faveur unanime des médecins persans, byzantins et hindous. Elle est efficace avec l'aide de Dieu, contre les piqûres de scorpions, le poison mortel des animaux, les morsures de chien enragé, les douleurs hépatiques et spléniques, les palpitations, les battements épigastriques, les flatuosités de l'utérus, l'asthme, la neurasthénie, les douleurs des poumons, les refroidissements, les douleurs abdominales, le tenesme, les ulcères, la douleur des hypochondres, la lithiase, et les maladies de la vessie. Elle est efficace aussi contre l'épilepsie, l'asphyxie et les tremblements.

Formule de cette thériaque : *Prendre* :

Huile de Baumier Costus Poivre Myrrhe rouge Galbanum rouge Gentiane Aristoloche Graine de Laurier	à à 3 dirhems
Safran Cannelle Nard Cannelle de Chine	à à 2 dirhems

Poivre long Castoreum Styrax liquide	à à 2 dirhems
Myrrhe Garance Cabaret (Asarum) Polium Menthe Graine d'Aneth Graine de navet	à à 1 dirhem

Piler tout cela, tamiser et mélanger, puis pétrir dans du miel écumé et enfouir dans de l'orge pendant un an. Dose 1 dirhem. Le temps minima de fermentation dans l'orge est de quarante jours.

Deuxième thériaque : Elle possède la même action et la même efficacité que la première.

Formule : *Prendre :*

Huile de Baumier Costus indien Aristoloche Gentiane Graine de Laurier Myrrhe rouge Poivre Galbanum rouge	à à 2 dirhems
Cannelle de Chine Styrax liquide Safran Poivre long Cannelle Castoreum	à à 1 dirhem

Piler le tout, le tamiser et procéder de la même manière que pour préparer la première thériaque. En prendre la dose que j'ai indiquée pour celle-ci.

Troisième thériaque : Elle possède une action analogue à la première et la même efficacité, avec l'aide de Dieu.

Formule : *Prendre :*

Huile de Baumier Aristoloche Gentiane Poivre	à à 2 dirhems
Galbanum rouge Styrax liquide Myrrhe rouge Graines de laurier	à à 1 dirhem

Piler les drogues et procéder de la façon que j'ai indiquée pour la première thériaque.

Ces thériaques sont utilisées : contre tous les poisons à la dose de 1 dirhem pris avec une décoction ou une infusion de gentiane, d'aristoloche ou d'écorce de racines de Caprier ; contre les douleurs hépatiques, avec une décoction de cannelle de Chine, de costus et d'aristoloche en graine dans du vinaigre mêlé d'eau. Contre les flatuosités de l'utérus avec une décoction de racines d'aunée; contre les palpitations avec une décoction de gingembre; contre l'asthme avec une décoction de fenugrec; contre les douleurs abdominales profondes avec une décoction de cumin; contre la lithiase de la vessie avec de l'eau de pluie dans laquelle on a fait bouillir un citron; contre le tenesme de la dysenterie, les ulcères, avec une décoction de cumin, de fénugrec et des graines de myrte; contre la rage avec une décoction de gentiane; contre l'épilepsie, l'asphyxie et les tremblements avec une décoction de chanvre indien.

Lorsqu'on veut utiliser l'une de ces drogues, prendre celle que l'on désire employer au moment

opportun, la piler, la faire cuire dans deux ratls d'eau jusqu'à réduction de ce volume à moitié et en boire avec la permission de Dieu.

Description de la thériaque dite « *Asfar* » (jaune)

Elle est efficace, avec l'aide de Dieu, contre les flatuosités de l'utérus, les piqûres de serpents et de scorpions, la démence.

Formule : *Prendre :*

Opium Résine d'Euphorbe Aristoloche Ecorce de sumac	à à 5 mitqals
Safran	12 mitqals

Piler chaque drogue séparément.

Harmel	12,5 mitqals
Styrax liquide	10 mitqals

Après avoir pilé, tamisé et pétri dans du miel écumé, faire fondre le styrax avec le miel et enfouir le tout dans de l'orge pendant deux mois. Dose : la grosseur d'un poids.

Contre les flatuosités de l'utérus, la prendre avec une décoction du cumin qui a demandé sept jours de préparation, avec de l'huile d'olive, de sésame; contre les morsures ou les piqûres avec de l'eau potable ou tiédie; contre la démence avec une décoction de rue ou d'orge.

Description de la thériaque dite « grand had satous ». Elle est efficace, avec l'aide de Dieu, contre les douleurs, la frayeur, les poisons, les morsures de serpents et piqûres de scorpions, les ulcères d'estomac, les hémorragies, la toux chronique, l'asthme,

les coliques, les pleurésies, les refroidissements, les douleurs du dos et de l'estomac, les diverses fièvres, les nausées, l'insomnie, les douleurs d'entrailles, les coliques utérines.

Formule : *Prendre :*

Cannelle Costus	à à 1 partie
Myrrhe	3 parties
Safran Poivre Poivre long Castoreum Galbanum Styrax rouge Nard Opium	à à 1/2 partie

Piler le tout, tamiser et pétrir avec du miel écumé.

Dose : la grosseur d'une fève avec de l'eau tiède, avec la permission de Dieu.

BIBLIOGRAPHIE

Dr SHAFIK ABD-EL-MELEK — « *English Arabic glossary of anatomical Terms* » Le Caire 1947.

HASSEN HUSNY ABDULWAHAB — « *La domination musulmane en Sicile* » Tunis 1905.

BECAVIN — « *L'Ecole de Salerne* ». Paris 1888.

BOUBAKEUR BEN YAHIA — « *Pharmacopée arabe du Moyen Age* » Thèse de doctorat en pharmacie.

E. G. BROWN — « *Fitz Petricks'lectures* ». Traduction Renaud 1933.

P. BRUNET et A. MIELI — « *Histoire des Sciences - Antiquités* ». Paris 1935.

A. CHERIF — « *Histoire de la médecine arabe en Tunisie* » Tunis 1908.

G. S. COLIN et H. P. S. RENAUD — « *Glossaire sur le Mans'uri de Razes* » Rabat 1941.

G. S. COLIN et H. P. S. RENAUD — « *Tuhfat-al-Ahbâb* » Glossaire de matière médicale marocaine. Paris 1934.

DUGAT — « *Journal Asiatique* » Tome I, 1853 - Etude sur le Zad al Mouçafir d'Ibn al Djazzar.

GUIGUES : « *Le Livre de l'Art du Traitement de Najin ad dyn Mahmoud* » Beyrouth 1902.

O.G. GRUNER — « *The Canon of medecine of Avicenna* » Londres 1930.

HAIDDAR BOMMATE — « *Visage de l'Islam* »

IBN ABI OUSSAIBYA — « *Ouyoum al Anba fi Tabaquat al attiba* ».

A. ISSA BEY — « *Dictionnaire des noms de plantes* ». Le Caire 1930.

G. LEBON — « *La civilisation des Arabes* » Paris 1884.

L. LECLERC — « *Histoire de la médecine arabe* » 2 vol. Paris 1876.

M. MAYERHOFF — « *Glossaire de matière médicale de Maimonide* » dans « Mémoires présentées à l'Institut d'Egypte » tome 41.

M. MAYERHOFF — « *Etude sur la médecine en Afrique du Nord* » Revue Al Andalus 1938.

Dr PERRON : « *La médecine du Prophète* » Alger 1860.

Em. PERROT — « *Matières premières usuelles du règne végétal* » Masson et Cie 1943.

Dr. G. SOBHY — « *The book of al Dakhia de Tabet Ibn Kurrah* » Le Caire 1928.

M. VONDERHEYDEN — « *La Berbérie orientale sous la Dynastie des Benou'l Arlab* ». Paris 1927.

TABLE DES MATIERES

pages

Ier PARTIE

Inirodiction 29

Travaux de la Faculté de Médecine d'Alger concernant l'Histoire de la Médecine arabe 29

Aperçu historique de la Médecine arabe au Xme siècle de l'ère chrétienne. 30

Poids anciens 35

Formes pharmaceutiques 35

IIme PARTIE

L'auteur : Ibn Al Jazzar 39

a) Sa vie 39

b) Ses œuvres 42

c) Son influence sur l'Occident, l'Ecole de Salerne et Constantin l'Africain 44

IIIme PARTIE

Le Manuscrit 47

1) Origine et titre de l'ouvrage 47

2) Traduction 48

Bibliographie 81

Vu :

Le Président de Thèse,

Monsieur le Professeur HOUEL

Le Doyen :

Monsieur le Professeur SARROUY

Vu et permis d'imprimer :

Alger, le 16 Mai 1952

Le Recteur de l'Université,

GAU

A L G E R
Imprimerie JACQMART
—
1952